

2021 年兰州市中等职业学校技能大赛

烹饪赛项规程

一、赛项名称

赛项名称：烹饪（中餐热菜、中西餐面点、冷拼与食雕）

英文名称：Cooking (hot Chinese dishes, Chinese and Western Pasta, cold spelling and food carving)

赛项组别：中职组

赛项归属：旅游服务大类

二、竞赛目的

通过比赛，展示中等职业学校烹饪专业学生的职业素养与操作技能，检验学生的基本功和学以致用方面的技巧与创新能力，引领中等职业院校烹饪专业建设和教学改革，推进专业建设、对接产业发展和人才培养过程深度校企合作，提升中等职业教育人才培养质量和社会认可度与影响力。

三、竞赛内容

竞赛内容：专业理论测试、中西餐面点、冷拼与食雕、中餐热菜。

（一）专业理论测试

1. 所有参赛选手统一参加专业理论测试，测试时间设为 60 分钟，试题全部为客观题，数量为 100 道。

①考试题型：单项选择和判断题

②考试方式：笔试

③样题：

◆单项选择

①泡制菜肴盛器应选用专用的（ D ）。

A. 铁锅 B. 铝锅 C. 铜锅 D. 陶制坛

◆ 判断题

①制作冷菜要严格做到生、熟原料分开。（ √ ）

2. 试题结构：80 道题从大赛官网公布的公开题库中随机抽出，20 道试题在指定中等职业教育国家规划教材《烹饪概论》（主编陈光新、2010 年 8 月第三版）中产生。

（二）技能竞赛项目

烹饪技能设三个分项目，具体内容为：

1. 中西餐面点

参赛选手在 150 分钟内完成三个作品的制作。其中制作提褶包子和油酥类面点的时间可以套用，在 100 分钟内完成；裱花蛋糕单独场地比赛 50 分钟内完成。

（1）规定作品：提褶包子

①现场提供的面粉（500g）和猪腿肉馅（250g）、安琪即发活性干酵母、泡打粉、大葱、生姜及其他调辅料。

②成品大小一致，送评数量为 8 个，每个成品重量 55g（可上下浮动 10%）。

③包子褶应在 16 道以上，花纹清晰，间距均匀。

④成品用现场提供直径 25cm 的不锈钢蒸笼盛装蒸制，放在直径 30cm 的平盘送评，其中包含评委品尝作品。

（2）规定作品：裱花蛋糕（50 分钟）

①现场提供植脂奶油、8英寸圆蛋糕坯、红色果酱、花垫纸、转台、锯齿刀、抹刀、手持电动搅拌器，选手自备裱花嘴、裱花袋及其它工具。

②成品为三层蛋糕底三层奶油，蛋糕每层1.2cm，基础成型高度7cm，成品高度不超过12cm。

③作品用果酱写上“生日快乐”四个字，用六朵白色玫瑰装饰，用齿型花嘴围边。

④要求整体规整，奶油洁净无蛋糕屑，花朵高度不低于蛋糕整体高度的1/3。

⑤作品应能体现选手的基本功和手法技巧，注重实用，有一定创新意识。

⑥在不影响蛋糕整体造型的位置上做1/8切角（45°）为切面展示，作品用现场提供30cm平盘盛装，垫花纸垫底送评。

（3）自选作品：油酥类面点

①现场提供面粉500g、莲蓉馅心200g及起酥油，和面、制酥、开酥、成型、熟制需在场内完成。

②作品应能体现选手的基本功和手法技巧，注重实用，有一定创新意识。

③作品应满足6人食用量要求，另备2人量尝碟供评委品尝。

④作品盛装餐具自备。

2. 冷拼与食雕

参赛选手在110分钟内完成3个作品的制作。

（1）规定作品：蓑衣黄瓜（10分钟后交评委打分）

①现场提供的黄瓜2根。

②加工成型，刀距均匀，自然拉开后长度不低于 20cm。

③作品用现场提供的直径 30cm 的平盘盛装。

(2) 规定作品：雕刻作品（60 分钟）

①现场提供的 1 个象牙白萝卜、1 个心里美萝卜、1 个胡萝卜，总重量约 900~1000g。

②作品用现场提供的直径 30cm 的平盘盛装。

③作品要求主题鲜明、搭配合理、注重实用、有创新意识。

④作品使用支撑物及粘合剂不得暴露于表面（高度不超过 20cm、支撑物及粘合剂自带）。

(3) 自选作品：冷拼作品（40 分钟）

①选手根据现场提供的盐水香肠一根（220g）、蒜蓉肠一根（200g）、火腿肠一根（280g）、鸡肉肠一根（120g）、午餐肉半罐（170g）、象牙白萝卜（约 300g）、黄瓜两根（约 200g）、胡萝卜两根（约 200g）、青萝卜一段（约 200g）、心里美萝卜一段（约 300g）选取一定量的原料制作冷拼作品，按需领料，杜绝浪费。作品每份总重量不超过 300g（可上下浮动 10%）。使用现场提供的直径 30cm 的平盘盛装。

②作品组合主题突出，构图完整，刀工精细，色彩搭配合理，注重实用，易于推广，具有一定创新意识。

③作品造型不限，主题积极健康。

④拼盘造型严禁使用粘合剂，造型、点缀饰物均须在场内进行，所有拼盘垫底料需经刀工处理可食用的本拼盘内原料。

⑤作品要求至少用 6 种以上原料、荤素搭配合理。

3. 中餐热菜

参赛选手在 100 分钟内完成三个作品的制作。

(1) 规定作品：青椒土豆丝（10 分钟）

①现场提供带皮土豆 350g、青椒 50g。

②土豆去皮只能使用菜刀。

③成品净重不低于 300g，色泽自然，口感香脆清爽，口味纯正，粗细一致，无连刀现象，成丝粗细约为 $0.2 \times 0.2\text{cm}$ 。

④成品使用现场提供的直径 23cm 的平盘盛装。

⑤剩余的下脚料及废弃料使用现场提供的直径 16cm 的平盘盛装与成品一并送评。

(2) 规定作品：三色鸡丝（45 分钟）

①现场提供鸡脯肉 350g、青椒 50g、红椒 50g。

②作品使用现场提供的直径 23cm 平盘盛装。

(3) 规定主料作品：鱼类菜（鱼茸菜或鱼肉刀工菜）（时间 45 分钟）

①现场提供草鱼 1 条（约 1000g）、鸡蛋 3 个，现场另备青菜、水发香菇、青椒、红椒及胡萝卜，供参赛选手选择。

②选手允许自带制茸设备（限 220V 电压）。特殊调料（不允许加工）自带。

③现场均使用清水调味成汤，不得带自制的高汤进场。

④成品必须使用现场提供的长边 41cm 的长方平盘、直径 41cm 圆盘或直径 22.5cm 的碗盛装，品尝器皿现场统一提供。

⑤剩余的下脚料及废弃料使用现场提供的直径 16cm 的平盘盛装与成品一并送评。

⑥成品应满足 6 人食用量要求；另备 2 人食用量，供评委品尝。

四、竞赛方式及流程

(一) 竞赛方式

本赛项包括理论测试、中西餐面点、冷拼与食雕、热菜共三个分项，均为个人赛。赛项场次安排将根据实际报名人数进行安排。

(二) 竞赛流程

日期	项目	时间安排			竞赛场地
		检录、领料	竞赛时间		
12月17日	理论测试	8:40~8:50	9:00~10:00		兰州现代职业学院财贸学院教学楼
12月17日	热菜竞赛	10:10~10:20	第一组	8:00~9:40	财贸餐厅实训楼
12月18日	中西餐面点裱花竞赛	10:10~10:20	10:30~11:15		财贸餐厅实训楼
	中西餐面点提褶包子、油酥面点竞赛	10:10~10:20	第一组	11:20~13:05	
	冷拼与食雕竞赛	14:30~15:30	15:30~17:10		

五、竞赛内容说明

(一) 理论测试

本赛项理论测试采用闭卷方式。组委会将建立大赛试题库，试题库由500道题组成（考试题的100%来源于此题库），于赛前两周公布给参赛学校。

（二）技能操作

竞赛题为公开试题，已在本赛规程中公开。

六、竞赛规则

（一）参赛资格

报名选手的资格为2019年度在籍中等职业学校学生；大赛参赛选手按照教育厅相关文件规定年龄、年级和性别。各参赛选手指导老师须为本校专职教师。大赛严禁冒名顶替，弄虚作假，组委会将对选手资格进行验证（身份证、参赛证）。

（二）遵循准则

1. 凡参赛选手、裁判员、工作人员、赛项组织者等均需按照赛项组委会要求准时到达赛项举办地点，及时办理相关手续，领取相关证件，熟悉场地，做好赛前准备工作。

2. 比赛期间服从指挥，遵守相关规定，按照统一工作部署，及时有效完成相关任务。

3. 比赛现场，须按要求着装，佩戴相关证件，注意仪表端正，保持赛场安静。

七、竞赛环境

1. 竞赛环境安静、整洁。须设立紧急疏散通道，医疗服务站。

2. 各分项比赛场地均可容纳30人比赛，且满足各分项比赛所需的设备设施。

3. 设立作品展区，供参赛学校参观拍照。

八、技术规范

依据教育部有关中餐烹饪、营养膳食、西餐烹饪专业人才培养要求，参照国家劳动和社会保障部制订的中式烹调师、中式面点师职业资格标准（四级），大赛本着公平、公正、公开的原则，对参赛选手通过烹饪知识、烹饪技能等方面的掌握程度进行全面考核。参赛选手需掌握中餐烹饪岗位群必备的专业知识和操作技能，熟练使用烹饪设备和工具，具备良好的沟通能力、食品生产安全意识和服务意识。

九、评分标准

（一）专业理论测试

试卷共计 100 道客观试题，每题 1 分，满分 100 分。

（二）中西餐面点

1. 提褶包子评分标准

（1）操作过程：打分采用百分制，现场打分。

①操作流程：技法得当，动作娴熟，投料准确，用料符合要求。严格按照规定时间完成，超出时间扣分。（60分）

②卫生安全：操作区域整洁干净，注重卫生，废料处理得当，原料及作品存放合理。（40分）

（2）作品质量：打分采用百分制，现场打分。

①作品质量：调味得当，口味纯正，主味突出，质感松软，富有弹性，面皮厚度适中均匀。（45分）

②形态与色泽：成品褶皱清晰，洁白松软，大小均匀。（45分）

③装盘：盘面清洁。（10分）

2. 奶油裱花蛋糕评分标准

(1) 操作过程：打分采用百分制，现场打分。

①操作流程：技法得当，动作娴熟，用料符合要求，按照规定时间完成，超出时间扣分。（60分）

②卫生安全：操作区域整洁干净，注重卫生，废料处理得当，原料及作品存放合理（40分）

(2) 作品质量：打分采用百分制，现场打分。

①作品质量：裱花精美，奶油打发得当，口感细腻，分层均匀。（45分）

②形态与色泽：成品美观大方、布局合理，内容与形式和谐统一。（45分）

③装盘：盘面清洁。（10分）

3. 油酥类面点评分标准

(1) 操作过程：打分采用百分制，现场打分。

①操作流程：技法得当，动作娴熟，用料符合要求，按照规定时间完成，超出时间扣分。（60分）

②卫生安全：操作区域整洁干净，注重卫生，废料处理得当，原料及作品存放合理。（40分）

(2) 作品质量：打分采用百分制，现场打分。

①作品质量：酥层清晰，口感酥脆不油腻，分层均匀。（45分）

②形态与色泽：色泽美观，大小均匀，造型有创意。（45分）

③装盘：盘面清洁。（10分）

(三) 冷拼与食雕

1. 蓑衣黄瓜评分标准

(1) 操作过程：打分采用百分制，现场打分。

①操作流程：技法得当，动作娴熟，流程合理，操作安全与规范。（50分）

②原料加工：加工合理，用料得当，做到物尽其用。（30分）

③卫生安全：操作区域整洁干净，注重卫生，废弃物处理得当，原料及作品存放合理。（20分）

(2) 作品质量：打分采用百分制，现场打分。

①刀工：刀纹清晰、刀距适度，无连刀、无碎片，排叠整齐、均匀。（50分）

②形态：形态饱满、圆润。（50分）

2. 食雕作品评分标准

(1) 操作过程：打分采用百分制，现场打分。

①操作流程：技法得当，动作娴熟，流程合理，操作安全、规范。（50分）

②原料加工：加工合理，用料得当，原料的个性特点与技法巧妙结合。（30分）

③卫生安全：操作区域整洁干净，注重卫生，废弃物处理得当，原料及作品存放合理。（20分）

(2) 作品质量：打分采用百分制，现场打分。

①技法与形态：技法得当，刀纹清晰，造型美观。（40分）

②创意与实用：设计合理，创意突出，适合推广。（60分）

3. 冷拼评分标准

(1) 操作过程：打分采用百分制，现场打分。

①操作流程：技法得当，动作娴熟，流程合理，投料准确；操作安全与规范。（50分）

②原料加工：用料符合要求，操作熟练，加工规范，原料利用率高。（30分）

③卫生安全：操作区域整洁干净，注重卫生，废弃物处理得当，原料及作品保存合理。（20分）

(2) 作品质量：打分采用百分制，现场打分。

①口味与质感：调味得当，口味纯正，主味突出，质感符合应有要求，体现地方特色。（20分）

②刀工与刀法：刀法合理，刀纹清晰，刀距适度。（20分）

③拼摆与形态：拼摆得当，排叠整齐，造型美观。（20分）

④创意与实用：注重营养，搭配合理，创意突出，适合推广。（20分）

(四) 中餐热菜评分标准

1. 青椒土豆丝评分标准

(1) 操作过程：打分采用百分制，现场打分。

①操作流程：技法得当，动作娴熟，流程合理，投料准确；操作安全规范。（50分）

②原料加工：用料符合要求，操作熟练，加工规范，原料利用率高。（30分）

③卫生安全：操作区域整洁干净，注重卫生，废弃物处理得当，原料及作品存放合理。（20分）

(2) 作品质量：打分采用百分制，现场打分。

①口味与口感：调味得当，口味纯正，主味突出，质感脆爽、滑爽。
(40分)

②工艺与火候：成熟恰当，火候适宜，主辅料配比合理，特点鲜明，工艺方法准确。(30分)

③形态与色泽：土豆色泽自然、光亮，青椒翠绿；芡汁适量；粗细适度、均匀一致，无连刀、无大小头、无碎粒。(20分)

④装盘与卫生：盛装饱满，呈馒头形；盘面清洁，取料合理、物尽其用，无浪费。(10分)

2. 银芽鸡丝评分标准

(1) 操作过程：打分采用百分制，现场打分。

①操作流程：技法得当，动作娴熟，流程合理，投料准确；操作安全规范。(50分)

②原料加工：用料符合要求，操作熟练，加工规范，原料利用率高。
(30分)

③卫生安全：操作区域整洁干净，注重卫生，废弃物处理得当，原料及作品存放合理。(20分)

(2) 作品质量：打分采用百分制，现场打分。

①口味与口感：调味得当，口味纯正，主味突出，质感软嫩、滑爽。
(40分)

②工艺与火候：成熟恰当，火候适宜，主辅料配比合理，特点鲜明，工艺方法准确。(30分)

③形态与色泽：色泽洁白、光亮，芡汁适量；粗细适度，均匀一致，无连刀、无大小头、无碎粒。(20分)

④装盘与卫生：盛装自然，盘面清洁。（10分）

3. 鱼类菜肴评分标准

(1) 操作过程：打分采用百分制，现场打分。

①操作流程：技法得当，动作娴熟，流程合理，投料准确；操作安全规范。（50分）

②原料加工：用料符合要求，操作熟练，加工规范，原料利用率高，净鱼肉出料率高。（30分）

③卫生安全：操作区域整洁干净，注重卫生，废弃物处理得当，原料及作品存放合理。（20分）

(2) 作品质量：打分采用百分制，现场打分。

①口味与口感：调味得当，口味纯正，主味突出，无异味，质感符合应有要求。（40分）

②工艺与火候：成熟恰当，火候适宜，主辅料配比合理，特点鲜明，工艺方法准确。（30分）

③创意与实用：注重营养搭配，设计合理，创意突出，适合推广。（10分）

④形态与色泽：造型美观，色彩和谐。（10分）

⑤装盘与卫生：盛装自然，盘面清洁，用料合理，无浪费。（10分）

（五）操作违规扣分

现场裁判员只对选手的违规行为和违纪现象进行记录，根据选手违规记录，由裁判长签字确认，参照相关标准从作品总成绩中作扣分处理，现场扣分不能超过20分。

违规内容：

个人不讲卫生：指甲长、长发外露、工作服不干净、戴手饰、染指甲；

操作不讲卫生：操作过程中脏、乱、差；

违规使用添加剂：不按国家规定的名目和标准使用添加剂；

不服从指挥：顶撞裁判、现场工作人员，不服从统一安排调度等；

操作事故：不包含不影响操作的刀伤、烫伤；

成品错乱：将热菜做成凉菜、将热菜制成面点、面点制成热菜等；

迟到：参赛选手在本场比赛开始 30 分钟内。

违规内容	扣分标准	违规内容	扣分标准
超时	5 分钟内扣 1 分；超 5 分钟，每分钟扣 1 分	失饪重做	10 分
带成品	20 分	操作事故	10 分
带半成品	10 分	消防事故	20 分
不关火、长流水	2 分	个人不讲卫生	3 分
浪费原料	4 分	操作不讲卫生	3 分
多做挑选	2 分	赛毕不打扫卫	3 分
违规使用添加	5 分	操作时拍照	2 分
不服从指挥	5 分（严重者中止比赛）		

十、评分方法

（一）裁判员选聘

具有参加过省级以上执裁工作的行业专家、企业技术人员并熟悉比赛流程、参加过省级以上执裁工作的行业专家、企业技术人员。裁判长由赛项执委会向大赛执委会推荐，由大赛执委会聘任。

（二）裁判员人数

总人数为 6 人。

（三）评分方法

1. 专业理论测试：指定裁判员判卷并给出成绩。

2. 中西餐面点、冷拼与食雕、热菜分项：采用操作过程评判与作品质量评判相结合。

（1）操作过程成绩由前场裁判员对每位选手的整体现场表现进行评判、各自打分，满分为 100 分。

（2）分项单项作品成绩计算方法

作品质量成绩由后场裁判员对每位选手的三个作品质量分别进行评判、各自打分，满分分别为 100 分。在结分时取平均分，保留小数点后两位。

例如：提褶包子成品分数 = 操作过程成绩平均分 × 20% + 作品质量成绩 × 80%；

分项成绩（中西餐面点）= 规定作品（裱花蛋糕）成品平均分 × 30% + 技法作品（提褶包子）成品平均分 × 30% + 自选作品（油酥面点）成品平均分 × 40%；

总成绩 = 分项成绩 × 80% + 理论成绩 × 20%

其他成绩以此类推。

（四）成绩审核方法

各项作品打分均由裁判员签字，现场工作人员对裁判员的业绩进行核对，无误后送至统分室进行成绩录入。成绩录入完毕后，工作人员交换岗位进行核对，无误后按照各项成绩所占比例统计选手最终成绩，并排名，打印完毕交至裁判长审核签字。

（五）成绩公布方法

按场次进行成绩公布，待每场作品评判完毕，成绩录入审核无误后，立即通过通告栏进行公布。

十一、奖项设定

1. 本赛项设热菜、面点、冷拼与食雕三个分项个人奖项，各项目均按相应分项参赛选手的 15%、25%、35%分设一、二、三等奖。

2. 获得一等奖的指导教师由组委会颁发优秀指导教师证书。

十二、赛项安全

1. 赛场组织与管理应制定安保须知、安全隐患规避方法及突发事件预案，设立紧急疏散路线及通道等。确保比赛期间所有进入带点车辆、人员需凭证入内；严禁携带易燃易爆等危险品及比赛严令禁止的物品进入场地；场地设备设施均可安全使用。

2. 参赛选手在参赛过程中，必须服从场内裁判及工作人员的指挥，严格按照制作规程进行操作，正确使用器具及设备，在工作人员指挥下进行点火、调火操作，如出现非正常起火，立即关闭燃气阀门并向工作人员举手汇报。妥善保管个人刀具，严禁个人物品占用通道。

3. 裁判员在比赛前，宣读安全注意事项，强调用火、用电安全规则。当现场出现突发事件时，应及时给予处理。

十三、竞赛须知

（一）参赛队须知

1. 各参赛队在领队带领下准时到达大赛的举办地点，及时办理报到、入住等必备手续，领取相关证件及资料，做好赛前准备工作。

2. 各参赛队要根据大赛日程安排准时、有序的组织好参赛选手按时参赛。参赛队应在比赛开始前 1 小时完成检录、物料领取工作。

3. 各参赛队应遵守相关规定，树立良好的赛风，确保大赛顺利进行。
如有问题统一由领队向赛项执委会提出。

(二) 指导教师须知

1. 指导教师要教育好本队参赛选手遵守赛场规则，贯彻执行赛项组委会的各项规定。

2. 妥善管理本队人员的日常生活及安全，准时、有序地组织好参赛选手按时参赛，并佩戴指导教师证件。

3. 比赛期间不得进入比赛现场进行指导。

(三) 参赛选手须知

1. 参赛选手报名须真实填写信息，凡弄虚作假者，将取消其比赛资格。

2. 参赛选手须提前 1 小时到达检录处参加检录、物料领取，比赛开始 10 分钟后，不得入场。比赛过程中，应严格遵守赛场纪律，服从大赛裁判长及评审小组组长的管理。比赛结束后，经评审小组组长确认后带好工具，迅速撤离赛场。期间发现问题，应由指导教师在当天向组委会提出陈述。选手不得与大赛工作人员直接交涉。

3. 参赛选手应认真检查设备设施等用具，整个操作过程中须保持环境整洁，废弃物倒入指定垃圾桶，但不需要自行清理出比赛场地。

4. 参赛选手不得自带非组委会要求的设备设施，品尝用碟统一由现场提供。

5. 参赛选手比赛期间统一着白色厨师服、白色围裙、白色厨师帽、蓝色汗巾，着装不得带有企业、学校标志，需佩戴选手证件。

(四) 工作人员须知

1. 按照分工各负其责，坚守岗位，服从指挥，听从调度，模范遵守赛场规则。

2. 在比赛过程中，不得随意向外界透露与作品评选有关的信息。

3. 熟悉赛场环境，防范安全事故的发生，如遇特殊情况需及时通报并妥善处理。

4. 比赛期间统一着工作服，佩戴工作证件。